ШКОЛА ГАСТРОНОМА

№8 (08) ДЕКАБРЬ 2006

КОЛЛЕКЦИЯ РЕЦЕПТОВ

рождественская птица



ISSN 1819-9488










IDEAL
Чего мы ждем в преддверии Нового Года?
Конечно чуда и .... настоящего праздничного угощения!
Что лежит в основе кулинарного творчества?
Это то, как и на чем Вы готовите!
Подсолнечное масло IDEAL - натуральное, чистое и богатое витамином Е.
IDEAL подчеркнет естественный вкус Ваших продуктов и поможет сделать Ваши блюда безупречными.
IDEAL
IDEAL
ПОДСОЛНЕЧНОЕ МАСЛО
товар сертифицирован



Дорогие друзья!
Запеченная индейка, гусь, утка или курица на рождественском праздничном столе – почти правило. По традиции птицу готовят не к ужину в Сочельник, а к обеду на следующий день.
В этом номере вы найдете варианты приготовления рождественской птицы, рассчитанные на разный бюджет и количество гостей: от двух человек до очень большой компании.
Обратите внимание, что эти блюда очень калорийны. Но на Рождество или Новый год можно позволить себе некоторые излишества – ведь эти праздники бывают раз в году!
Желаем успехов.

Ваша редакция





условные обозначения

- вегетарианское питание
- блюда, которые подходят для детей
- M≈ блюда, которые можно готовить в микроволновой печи
- сложность приготовления блюд
  - ● легкие рецепты
  - ●● рецепты средней сложности
  - ●●● рецепты для опытных кулинаров
- * полезный совет

содержание

курица, фаршированная сухофруктами 2
куриный холодец 4
жареный цыпленок 6
утка с айвой 8
рождественская индейка 10
филе индейки, фаршированное апельсинами 13
гусь, фаршированный гречкой и грибами 14
утиная грудка с малиновым желе 16
утка с курицей, запеченные в духовке 17
куриные окорочка, фаршированные картофелем и грибами 18
утка в апельсиновом соусе с картофельными дольками 20
рождественский пирог с цыпленком 22
цыплята с грецкими орехами и брусничным соусом 24
индейка с кольраби и брюссельской капустой 26
перепела с виноградом и перепелиными яйцами 28



курица, фаршированная сухофруктами

M≈

Время приготовления: 2 часа 15 мин.
Порций: 10
1 порция: 372 ккал
белки – 22,0 г, жиры – 21,3 г, углеводы – 23,0 г

ЧТО НУЖНО:

- **1** курица весом 1,2 кг
- **200 г** ассорти из сухофруктов
- **0,5** батона белого хлеба
- **2** стакана молока
- **2** яйца
- • соль, перец по вкусу

ЧТО ДЕЛАТЬ:

1 Сухофрукты вымыть и замочить в теплой кипяченой воде на 30 мин. Курицу вымыть, обсушить. Начиная с гузки, подрезать тонким ножом жировые прослойки между кожей и мясом и осторожно отделять кожу, выворачивая ее как чулок.

2 Освободив от кожи ножки, соскоблить с костей мясо и ножницами для разделки птицы перерезать кость так, чтобы внутри кожи остался кусок не больше 1 см. С крылышек кожу снимать не надо. Их следует просто отделить изнутри от тушки.

3 Со снятой кожи аккуратно срезать оставшийся на ней жир. Поместить куриную кожу в миску с холодной водой.

4 Куриное мясо снять с костей и провернуть через мясорубку или измельчить в блендере.

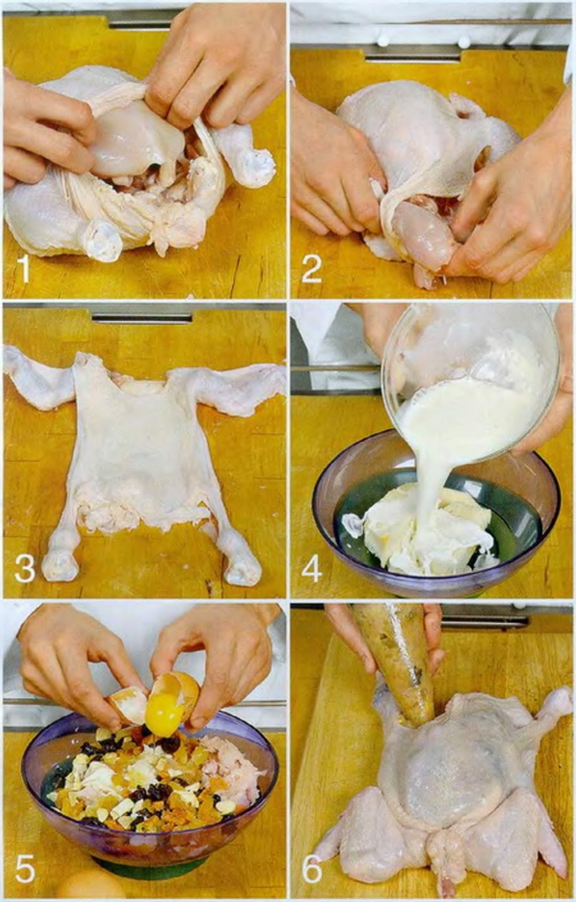
*** Куриные кости с остатками мяса можно использовать при варке бульонов, соусов или холодца.**

С хлеба снять корку, мякоть наломать большими кусками, замочить в молоке. Сухофрукты откинуть на дуршлаг, затем обсушить бумажными салфетками и нарезать небольшими кусочками.

5 Смешать куриный фарш со слегка отжатым хлебом, яйцом и сухофруктами. Посолить, поперчить.

6 Наполнить фаршем куриную кожу. Придать форму тушки. Гузку и горловину закрепить деревянными зубочистками.
Разогреть духовку до 200 °С. Противень сбрызнуть растительным маслом. Оставшееся яйцо слегка взбить и смазать им птицу. Поставить в духовку и запекать 1,5 часа.

Готовую курицу остудить, затем нарезать поперечными кусками.





куриный холодец



ЧТО НУЖНО:

2 кг	куриных ножек и крылышек
1	луковица
1	морковка
1	корень петрушки
1	лавровый лист
6–8	горошин черного перца
6	зубчиков чеснока
•	соль по вкусу

Время приготовления: 4 часа 30 мин.
Порций: 10–12
1 порция: 291 ккал
белки – 32,5 г, жиры – 16,5 г, углеводы – 3,1 г

ЧТО ДЕЛАТЬ:

1 Куриные ножки и крылышки вымыть, сложить в кастрюлю с водой, поставить на сильный огонь и довести до кипения. Шумовкой снять пену.

2 Лук, морковку и корень петрушки очистить, обжарить на сухой раскаленной сковороде, 3 мин., и добавить в кастрюлю. Уменьшить огонь до среднего и варить холодец под крышкой 4 ч.

3 Шумовкой вынуть из бульона ножки, крылышки и овощи. Бульон процедить.

4 Куриное мясо снять с кости и очень мелко порубить вместе с кожей. Положить в форму с высокими бортиками.

5 Чеснок очистить и нарезать тонкими пластинами. Добавить к куриному мясу.

6 Влить в форму процеженный бульон. Поставить в холодильник до полного застывания.

КСТАТИ

Перед тем как вливать процеженный бульон, в холодец можно добавить нарезанные тонкими пластинами крутые куриные яйца, зелень петрушки и укропа, тонкие кружки лимона или нарезанные кубиками сладкие перцы разных цветов.
Подавать холодец лучше всего с хреном или со сметаной, взбитой с зеленью и чесноком.

жареный цыпленок

ЧТО НУЖНО:

- **1** цыпленок весом 1 кг
- **3 ст. л.** оливкового масла
- **1 ч. л.** молотой паприки
- **1** зубчик чеснока
- **1** лимон
- соль по вкусу









Время приготовления: 1 час 35 мин.
Порций: 2
1 порция: 1060 ккал
белки – 64,4 г, жиры – 89,2 г, углеводы – 0 г

ЧТО ДЕЛАТЬ:

1 Цыпленка вымыть, обсушить. Положить на разделочную доску грудкой вниз и вырезать хребет. Развернуть цыпленка так, чтобы грудка оказалась сверху. С силой надавить.

2 Чеснок очистить и измельчить. С лимона снять теркой цедру, из мякоти выжать сок. Смешать оливковое масло с цедрой и соком лимона, чесноком и паприкой, посолить по вкусу. Распластанного цыпленка поместить в миску и залить маринадом. Оставить на 1 ч.

3 Раскалить сковороду-гриль. Жарить цыпленка по 7 мин. с каждой стороны, добавляя понемногу оливковое масло.

Школа
кулинарного мастерства

Дорогие друзья!

Мы поздравляем вас с Новым годом, желаем всем доброго здоровья, отличного настроения и прекрасных зимних каникул. Надеемся, что вы выберете время, чтобы 5 и 6 января посетить наши занятия, которые мы решили провести для вас и ваших детей. Ждем всех любителей итальянской и французской кухни на наши новые программы, а маленьких кулинаров – на курс «Готовим вместе с мамой».



Новогодняя скидка на занятия 5 и 6 января!

«Готовим вместе с мамой» (5, 6 января):
2000 руб. для двух детей или одного взрослого с ребенком

Итальянская кухня (5 января)
Французская кухня (6 января):
2000 руб.



Темы занятий:

- **Итальянская кухня**
- **Домашняя грузинская кухня**
- **Горячее из мяса и птицы**
- **Готовим для детей**
- **Домашняя выпечка** NEW
- **Японская кухня**
- **Итальянская паста** NEW
- **Французская кухня** NEW
- **От простого к сложному, 1-я и 2-я ступени**
- **Художественная нарезка овощей и фруктов (основы карвинга)**

Стоимость занятий:

Курс «От простого к сложному»:
4 занятия – 5200 руб., одно занятие – 1700 руб.

Курс «Готовим для детей»:
3 занятия – 5600 руб., одно занятие – 2300 руб.

Занятия для детей «Готовим вместе с мамой»:
Каждый пришедший с ребенком платит только за взрослого,
Стоимость одного занятия – 2300 руб.
Тематические занятия – 2300 руб.
Этнические темы – 3500 руб.

Декорирование блюд и оформление стола, основы карвинга – 1300 руб.

Абонемент:
На 4 занятия – 7500 руб., на 6 занятий – 9500 руб.

Абонемент на год:
(число посещений не ограничено) – $2500

Мы принимаем к оплате пластиковые карты.

Информация о Школе на сайте **www.gastromag.ru** и по телефону **(495) 725-1070**

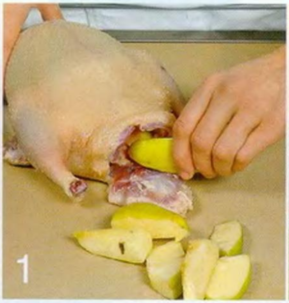


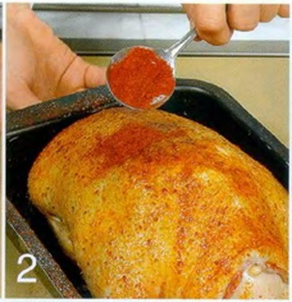
утка с айвой

ЧТО НУЖНО:

- **1** утка весом 2–2,5 кг
- **2** айвы
- **2 ст. л.** меда
- соль, перец по вкусу

Время приготовления: 1 час 35 мин.
Порций: 6
1 порция: 1421 ккал
белки – 53,3 г, жиры – 127,1 г, углеводы – 15,9 г

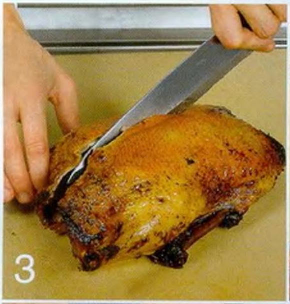




ЧТО ДЕЛАТЬ:

1 Утку вымыть, обсушить. Айву вымыть, разрезать каждый плод на 6 частей, удалить сердцевину. Вложить айву внутрь утки. Отверстие закрепить деревянными зубочистками.

2 Разогреть духовку до 190 °С. Утку натереть солью и перцем, затем обмазать медом. Поставить в духовку и запекать 1,5 ч, поливая выделившимся соком.









Разделка утки

3 Удалить грудную кость. Для этого надо сделать глубокий продольный надрез от одного конца грудки до другого. Затем, держа нож почти параллельно поверхности стола, срезать мясо с кости сначала с одной стороны грудки, затем с другой. Вынуть кость.

4 Перевернуть утку спинкой вверх и ножницами для разделки птицы вырезать хребет.

5 Получившиеся половинки разрезать поперек, отделив таким образом ножки и крылья с предплечьями. Тонкие концы крыльев удалить.

6 Отделить голени от бедер. Грудку разрезать на 2–3 части.


СПОНСОР РЕЦЕПТА
КРАСНОБОР


1


2


3



рождественская индейка

ЧТО НУЖНО:

- **1** **индейка «Краснобор» весом 7,5 кг**
- **300 г** кураги
- **200 г** сливочного масла
- **1 кг** риса басмати
- **2** луковицы
- **4** зубчика чеснока
- **2** морковки
- **100 г** изюма
- **200 г** вяленого инжира
- • растительное масло для обжаривания
- **1,5** пучка петрушки
- **3 ст. л.** меда
- • соль, перец по вкусу

Время приготовления: 4 часа
Порций: 20
1 порция: 1176,7 ккал
белки – 63,4 г, жиры – 77,3 г, углеводы – 56,8 г

КСТАТИ



Торговая марка «Краснобор» – это гарантия высокого качества, великолепного вкуса и экологической чистоты мяса индейки. Ассортимент компании включает более 40 натуральных полуфабрикатов класса Premium, а также варено-копченые продукты из индейки.

ЧТО ДЕЛАТЬ:

1 Курагу вымыть и замочить в горячей кипяченой воде на 15 мин. Откинуть на дуршлаг, измельчить в блендере. Выложить в миску, добавить сливочное масло, перемешать до однородной массы.

2 **Приготовить начинку.** Рис промыть и отварить до полуготовности. Петрушку вымыть, обсушить и измельчить. Изюм и инжир вымыть и замочить в кипятке на 10 мин. Инжир мелко нарезать.

3 Лук, чеснок и морковь очистить. Лук и морковь нарезать соломкой, чеснок измельчить. Разогреть в сковороде растительное масло, обжарить овощи, 4 мин.

4 Смешать рис с обжаренными овощами, изюмом и инжиром. Добавить петрушку. Посолить, поперчить по вкусу, еще раз перемешать и отставить.

5 Индейку тщательно вымыть. Натереть кожу солью и перцем. Узкой деревянной лопаткой приподнимать кожу так, чтобы она отделялась от мяса. Постараться максимально отделить кожу по всей поверхности индейки, включая ножки.

6 Небольшими порциями выкладывать под кожу пюре из кураги.









7 Опустив кожу на место, руками распределить порцию пюре вглубь. Таким образом распределить пюре равномерным слоем по всей птице.



8 Нафаршировать индейку приготовленной начинкой, укладывая ее как можно плотнее.



9 Закрепить разрез деревянными зубочистками, затем обвязать прочной ниткой или шпагатом.



10 Разогреть духовку до 200 °С. Индейку обмазать медом.



11 Поместить индейку на противень, концы крыльев обернуть фольгой, чтобы они не подгорели.



12 Поставить противень с птицей в духовку и запекать 45 мин. Уменьшить температуру духовки до 180 °С, накрыть индейку фольгой или листом пергамента. Запекать еще 2 ч.

КСТАТИ

Самая популярная птица на рождественском столе – конечно, индейка. Ее принято целиком запекать в духовке, предварительно чем-нибудь нафаршировав. Вариантов фарша – множество. Это могут быть сдобренные специями яблоки или фруктовое ассорти, включающее все те же яблоки, айву, груши и виноград. Очень вкусная начинка получается из распаренных в меду сухофруктов. Можно сделать более сытные варианты фарша. Например, рис с грибами или капусту с виноградом и клюквой. Начинка должна быть обязательно готовой, иначе она не пропечется.

Опытные хозяйки знают, что мясо индейки суховато. Поэтому во время приготовления птицу надо постоянно поливать. Чтобы облегчить этот процесс, мы советуем положить под кожу индейки смесь сливочного масла и кураги. Мясо получится очень сочным и ароматным.

филе индейки, фаршированное апельсинами



ЧТО НУЖНО:

- **4** филе грудки индейки
- **1** большой апельсин
- растительное масло для обжаривания
- соль, перец по вкусу

Для соуса:

- **0,5** апельсина
- **1 ст. л.** сахара
- **1 ст. л.** воды
- **70 мл** красного вина
- соль, перец по вкусу

Время приготовления: 35 мин.
Порций: 4
1 порция: 393 ккал
белки – 32,8 г, жиры – 26,5 г, углеводы – 5,8 г

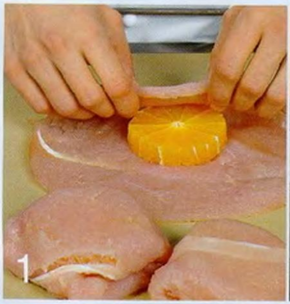
ЧТО ДЕЛАТЬ:

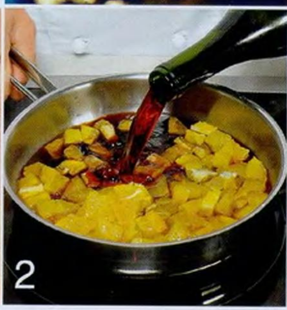
1 Грудки вымыть, накрыть пищевой пленкой и отбить в тонкий пласт. Натереть солью и перцем.
Апельсин вымыть, разрезать кружками толщиной 1 см. Очистить от кожуры и удалить косточки.
Положить в центр каждой грудки 1 кружок апельсина. Завернуть «конвертиком».

2 Оставшийся апельсин очистить и нарезать кубиками. Выложить в сотейник, добавить сахар, воду и вино. Уваривать на среднем огне, пока соус не загустеет.

3 В сковороде разогреть растительное масло. Положить грудки «швом» вниз, обжарить, 4 мин., перевернуть и обжаривать еще 4 мин. Уменьшить огонь, накрыть крышкой и готовить 2–3 мин.

Подавать с соусом.


1


2


3


СПОНСОР РЕЦЕПТА
ЮНИМИЛК
UNIMILK
ЮНИМИЛК

гусь, фаршированный гречкой и грибами



ЧТО НУЖНО:

- **1** гусь весом 3–4 кг
- **1,5** стакана гречки
- **3** луковицы
- **50 г** сухих грибов
- **2 ст. л. сливок Петмол жирностью 33%**
- **1** стакан белого сухого вина
- **1 ст. л.** горчицы
- **1 ст. л.** меда
- **2** веточки розмарина
- **0,5** лимона
- **2** яблока
- соль, перец по вкусу

Время приготовления: 2 часа 30 мин.
Порций: 8
1 порция: 1983 ккал
белки – 72,6 г, жиры – 173,5 г, углеводы – 32,9 г

ЧТО ДЕЛАТЬ:

1 Гуся тщательно вымыть, обсушить. При необходимости опалить. Срезать жир, отложить. Гречку перебрать, вымыть и обжарить на сухой сковороде, 4 мин. Затем отварить до готовности.

2 Грибы промыть, залить кипятком и оставить на 15 мин. Две луковицы очистить и нарезать полукольцами. Срезанный с гуся жир мелко порубить, обжарить на сковороде, 3 мин. Добавить лук и грибы, готовить 4 мин. Снять с огня и дать остыть.

3 Добавить гречку и сливки, посолить, поперчить по вкусу, перемешать.

4 Уложить начинку внутрь гуся. Зашить разрез. Ножки связать шпагатом.

5 Смешать 1 ст. л. вина, горчицу и мед. Гуся поместить грудкой вверх в форму с решеткой, обмазать маринадом.

6 Разогреть духовку до 200 °С. Оставшуюся луковицу очистить и нарезать кольцами, лимон – кружками. Яблоки вымыть и разрезать на 6 частей. В форму с гусем положить лук, лимон, яблоки и веточки розмарина. Накрыть листом фольги и поставить в духовку на 1,5 ч. Периодически поливать птицу выделяющимся соком. За 30 мин. до готовности снять фольгу, чтобы гусь подрумянился.
Готового гуся достать из духовки, полить оставшимся вином, дать постоять 10 мин.

КСТАТИ

Сливки «Петмол» жирностью 33% изготовлены по современной технологии из высококачественного финского молока. Они идеально подходят для приготовления этого блюда.





утиная грудка с малиновым желе

ЧТО НУЖНО:

- **2** утиные грудки
- **100 г** малинового варенья
- **1 ст. л.** желатина
- растительное масло для обжаривания
- соль, перец по вкусу

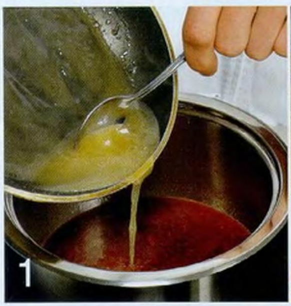
Время приготовления: 40 мин.
Порций: 4
1 порция: 241,5 ккал
белки – 16,2 г, жиры – 11,5 г, углеводы – 18,3 г

ЧТО ДЕЛАТЬ:

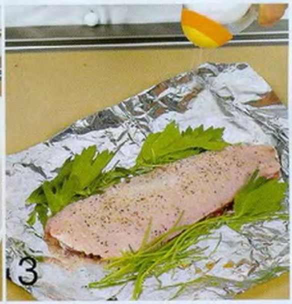
1 Желатин замочить в теплой кипяченой воде. Малиновое варенье взбить в блендере. Добавить отжатый желатин, перемешать.

2 Вылить получившуюся смесь очень тонким слоем в прямоугольную форму и поставить в холодильник до полного застывания.

3 Грудку вымыть, обсушить, натереть солью и перцем. Обжарить, по 3 мин. с обеих сторон. Завернуть в фольгу с веточками сельдерея и оставить на 10–15 мин.
Грудку и желе нарезать тонкими кусочками. Положить на каждый кусок грудки желе и подать к столу.


1


2


3

утка с курицей, запеченные в духовке





Время приготовления: 1 час 20 мин.
Порций: 14
1 порция: 950 ккал
белки – 49,0 г, жиры – 80,7 г, углеводы – 6,9 г





ЧТО НУЖНО:

- **1** утка весом 2,5 кг
- **1** курица весом 2,5 кг
- **3–4** нектарина
- **3–4** яблока
- соль, перец по вкусу

ЧТО ДЕЛАТЬ:

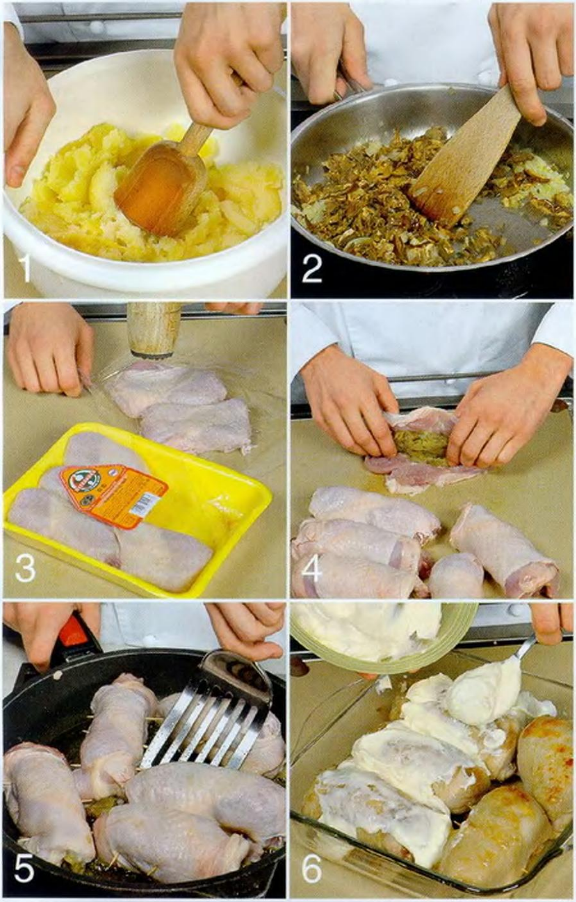
1 Утку и курицу тщательно вымыть. Ножницами для резки птицы вырезать хребтовые кости. Перевернуть грудками вверх и сильно надавить ладонью. Разрезать курицу и утку на порционные куски, посолить, поперчить.

2 Разогреть духовку до 200 °С. Уложить на противень куски курицы и утки, чередуя их.

3 Фрукты вымыть. Из нектаринов удалить косточки, из яблок – сердцевину. Мякоть разрезать на 4 части. Уложить фрукты между кусками птицы. Накрыть фольгой и поставить в духовку на 35 мин. Снять фольгу и оставить еще на 10 мин., чтобы мясо подрумянилось. Переложить на сервировочное блюдо.


ПЕТЕЛИНКА

куриные окорочка, фаршированные картофелем и грибами м≈



ЧТО НУЖНО:

- **6** **куриных окорочков без косточек «Петелинка»**
- **3** картофелины
- **40 г** сухих белых грибов
- **1** луковица
- **4 ст. л.** растительного масла
- **200 г** сметаны
- • соль, перец по вкусу

Время приготовления: 1 час 20 мин.
Порций: 6
1 порция: 409,1 ккал
белки – 23,5 г, жиры – 30,1 г, углеводы – 11,0 г

ЧТО ДЕЛАТЬ:

1 Грибы промыть и замочить в кипятке на 10 мин. Картофель тщательно вымыть. Отварить в мундире до готовности. Дать немного остыть, затем очистить от кожуры. Размять картофель в пюре, посолить по вкусу.

2 Лук очистить и нарезать полукольцами. Грибы откинуть на дуршлаг, нарезать небольшими кусочками. Разогреть в сковороде 2 ст. л. растительного масла, обжарить лук и грибы, 4 мин. Добавить в картофельное пюре и тщательно перемешать.

3 Окорочка вымыть, обсушить, накрыть пищевой пленкой и слегка отбить. Посолить, поперчить.

4 Положить на каждый кусок курицы по 2–3 ст. л. картофеля с грибами и свернуть рулетом.

5 Разогреть в сковороде оставшееся растительное масло, обжарить окорочка, по 4 мин. с каждой стороны.

6 Разогреть духовку до 190 °С. Переложить окорочка в форму для запекания. Влить сметану. Накрыть фольгой и поставить в духовку на 30 мин.

КСТАТИ

Продукция Петелинской птицефабрики поступает в продажу в день производства в охлажденном, а не замороженном виде. Современная технология переработки куриного мяса позволяет сохранять его без применения консервантов.





утка в апельсиновом соусе с картофельными дольками

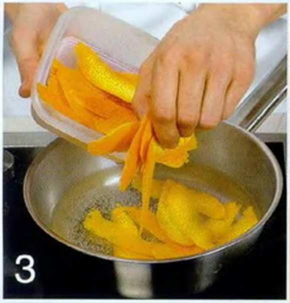
ЧТО НУЖНО:

1	утка весом 2 кг
5	апельсинов
3	веточки мяты
100 г	сахара
125 мл	яблочного уксуса
80 мл	апельсинового ликера
30 г	сливочного масла
Для гарнира:	
1,5 кг	**картофельных долек Farm Frites**

Время приготовления: 2 часа
Порций: 6
1 порция: 1353,5 ккал
белки – 45,2 г, жиры – 100,6 г, углеводы – 66,8 г


1


2


3


4



5

ЧТО ДЕЛАТЬ:

1 Разогреть духовку до 150 °С. Два апельсина разрезать на половинки и натереть ими утку. Положить половинки внутрь тушки вместе с веточками мяты. Утку проткнуть в нескольких местах вилкой. Связать ножки и крылышки. На противень поставить решетку. Поместить утку грудкой вниз и запекать 25 мин. Перевернуть утку и готовить еще 20 мин.

2 С оставшихся апельсинов снять цедру и выжать сок, 2 ст. л. сока вылить в отдельную посуду и отставить. Сотейник поставить на средний огонь, всыпать сахар и готовить, пока он не начнет плавиться. Осторожно влить уксус, готовить 3 мин. Добавить апельсиновый сок и ликер, готовить 2 мин.

3 Апельсиновую цедру опустить в кипящую воду на 2 мин. Облить холодной водой и обсушить.

4 Выделившийся из утки жир перелить из противня в сковороду. Температуру духовки увеличить до 180 °С. Облить утку половиной апельсинового соуса и готовить 45 мин., поливая оставшимся соусом каждые 10 мин. Вынуть утку из духовки, накрыть фольгой. Соус слить обратно в сотейник. Добавить цедру и сливочное масло. Проварить соус 2 мин. Подать к утке.

5 В сковороду с утиным жиром добавить 1 ст. л. растительного масла и оставшийся апельсиновый сок. Выложить **картофельные дольки Farm Frites**, обжарить 6–8 мин., постоянно переворачивая.

Выложить на блюдо утку и картофель. Отдельно подать соус.

КСТАТИ

Картофельные дольки «Фарм Фритес» можно готовить разными способами, в том числе и диетическим. Для этого содержимое упаковки следует, не размораживая, выложить на противень и запекать без добавления масла примерно 15 мин. в разогретой до 220 °С духовке. Соус подавать отдельно.

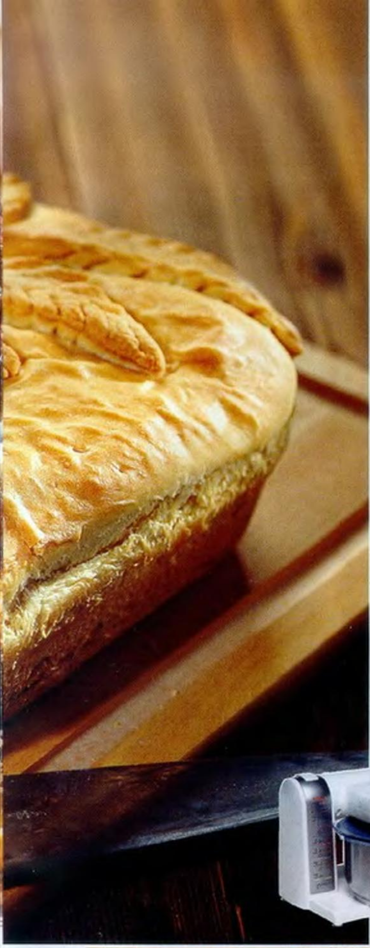





1


2


3



рождественский пирог с цыпленком

M≈

ЧТО НУЖНО:

Для теста:
- **1** стакан молока
- **500 г** муки
- **5 ст. л.** растительного масла
- **2** яйца
- **1 ст. л.** дрожжей
- **1 ст. л.** сахара
- щепотка соли

Для начинки:
- **500 г** отварного куриного мяса
- **1** стакан риса
- **2** луковицы
- **2** морковки
- **50 г** сухих грибов
- **2 ст. л.** растительного масла
- **1** яйцо для смазывания
- соль, перец по вкусу

Время подготовки: 2 часа 35 мин.
Время приготовления: 1 час 30 мин.
Порций: 10
1 порция: 509,4 ккал
белки – 19,0 г, жиры – 24,0 г, углеводы – 54,3 г

КСТАТИ

С помощью Универсального кухонного комбайна BOSCH ProfiMixx 47 можно замесить как жидкое, так и густое тесто, измельчить овощи, приготовить фарш, взбить крем или соус, натереть сыр и шоколад, выжать сок из цитрусовых. Входящий в состав комбайна блендер в считанные минуты приготовит суп-пюре или смешает коктейль.

ЧТО ДЕЛАТЬ:

1 **Приготовить опару.** Поместить **в чашу кухонного комбайна BOSCH** 0,5 стакана молока, 0,5 ст. л. сахара, 0,5 стакана муки и дрожжи. Взбить, перелить в миску, накрыть и оставить в теплом месте на 1 ч. Оставшееся молоко взбить в комбайне с солью и маслом, влить в опару. Добавить растертые с оставшимся сахаром желтки и взбитые белки.
Вернуть тесто в чашу комбайна, всыпать оставшуюся муку и вымесить тесто. Выложить его в миску, накрыть и оставить в теплом месте еще на 1,5 ч.

2 Рис отварить. Грибы промыть, залить кипятком и дать настояться 15 мин. Лук и морковь очистить, нашинковать в комбайне соломкой.

3 Разогреть в сковороде растительное масло, обжарить в нем лук, морковь и грибы, 5 мин. Смешать с рисом.

4 Куриное мясо нарезать тонкими пластинами.

5 Раскатать тесто в 2 пласта. Один пласт уложить на противень. Выложить половину риса с грибами, затем – куриное мясо, сверху положить оставшийся рис.

6 Разогреть духовку до 200 °С. Накрыть вторым пластом, защипать края. Из остатков теста вырезать листики и украсить ими пирог. Смазать поверхность яйцом. Выпекать 1 ч. Если верх пирога начнет пригорать, накрыть его листом пергамента.

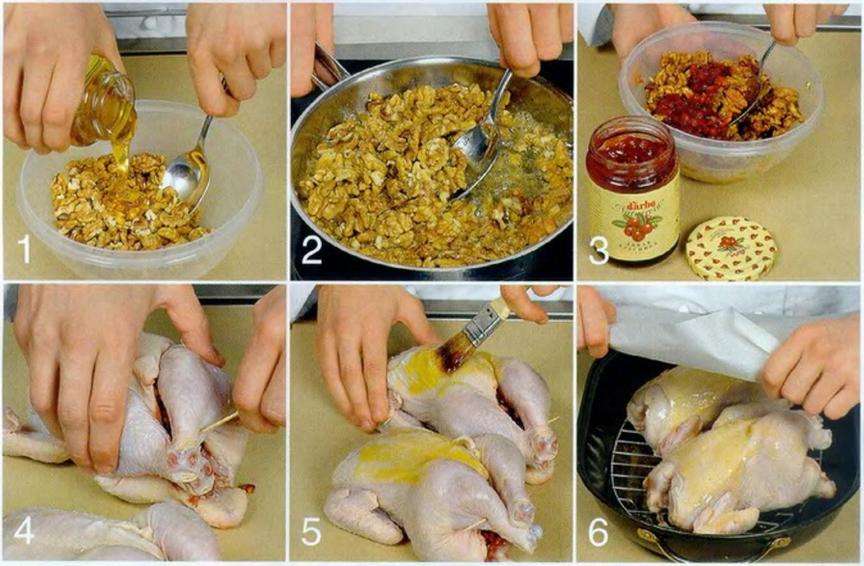







СПОНСОР РЕЦЕПТА
d'arbo
All Natural

цыплята с грецкими орехами и брусничным соусом



ЧТО НУЖНО:

- **2** цыпленка весом по 1 кг
- **400 г** грецких орехов
- **3 ст. л.** меда
- **1** банка брусничного соуса
- **1 ст. л.** растительного масла
- **2 ст. л.** сливочного масла
- • соль, перец по вкусу

Время приготовления: 1 час 30 мин.
Порций: 8
1 порция: 947,5 ккал
белки – 42,2 г, жиры – 71,9 г, углеводы – 32,9 г

КСТАТИ

Брусничный соус «Дарбо» готовят из отборных ягод дикой брусники, собранной летом в лесах Северной Европы. Изысканный кисло-сладкий вкус этого соуса прекрасно дополнит блюда из птицы и мяса.



ЧТО ДЕЛАТЬ:

1 Грецкие орехи перемешать с медом.

2 Разогреть в сковороде растительное масло, постоянно помешивая, обжарить орехи с медом, в течение 5 мин. Снять с огня и дать остыть.

3 Добавить в орехи 2 ст. л. брусничного соуса, перемешать.

4 Цыплят вымыть, обсушить, натереть солью и перцем. Уложить внутрь начинку, закрепить разрез зубочистками.

5 Растопить сливочное масло и смазать птиц.

6 Разогреть духовку до 200 °С. Цыплят поместить на противень, накрыть листом пергамента. Запекать 1 ч. За 15 мин. до готовности снять пергамент.

Подавать с брусничным соусом.



индейка с кольраби и брюссельской капустой



ЧТО НУЖНО:

1	индейка весом 3–3,5 кг
100 г	бекона
1 ст. л.	сливочного масла
1	черешок сельдерея
50 г	чернослива
2 ст. л.	сливок жирностью 35%
•	цедра 1 лимона
•	щепотка мускатного ореха
500 г	кольраби
500 г	брюссельской капусты
3 ст. л.	свежих хлебных крошек
0,5	стакана сухого белого вина
2	веточки розмарина
•	соль, перец по вкусу

Время приготовления: 3 часа 10 мин.
Порций: 8–10
1 порция: 648 ккал
белки – 54,1 г, жиры – 42,3 г, углеводы – 12,7 г

ЧТО ДЕЛАТЬ:

1 Чернослив вымыть, поместить в **Термосервирователь Tupperware®**, залить горячей водой и оставить на 10 мин.

2 Брюссельскую капусту вымыть и тщательно обсушить в **Карусели Tupperware®**.

3 Бекон нарезать небольшими кусочками. Сельдерей вымыть, кольраби очистить. **Ножом для овощей Tupperware®** нарезать овощи тонкой соломкой.

4 Разогреть в сковороде **ВОК от Tupperware®** сливочное масло, обжарить бекон, 3 мин. Добавить кольраби, жарить 4 мин., помешивая. Добавить сельдерей и брюссельскую капусту, готовить еще 3 мин. Переложить в миску.
Чернослив откинуть на дуршлаг, затем нарезать небольшими кусочками. Добавить в миску с овощами чернослив, хлебные крошки, цедру, сливки и мускатный орех. Посолить, поперчить по вкусу, перемешать.

5 Индейку вымыть и тщательно обсушить полотенцами. Кожу натереть солью и перцем.
Уложить внутрь птицы фарш. Разрез закрепить деревянными зубочистками. Смазать индейку медом.

6 Разогреть духовку до 220 °С. Поместить индейку в форму для запекания **Ультра-плюс Tupperware®**. Влить вино, положить веточки розмарина. Накрыть крышкой и запекать 1,5 ч. Снять крышку и готовить еще 1 ч.

КСТАТИ

Сковорода ВОК от Tupperware® с антипригарным покрытием может также использоваться как кастрюля и пароварка. Изготовленная из тонкой нержавеющей стали, она в считанные минуты накапливает жар. Благодаря конической форме сковороды все ингредиенты находятся в центре, что ускоряет процесс их приготовления.





перепела с виноградом и перепелиными яйцами



ЧТО НУЖНО:

- **2** перепела
- **12** перепелиных яиц
- **700 г** винограда сорта мускат
- **4** полоски бекона
- растительное масло для обжаривания
- **0,5** стакана красного полусухого вина
- соль, перец по вкусу

Время приготовления: 1 час
Порций: 2
1 порция: 1365 ккал
белки – 66,0 г, жиры – 90,9 г, углеводы – 70,7 г

ЧТО ДЕЛАТЬ:

1 Виноград вымыть, снять с кисти. Проткнуть каждую ягоду в 2–3 местах. В сотейнике вскипятить воду, опустить ягоды на 1 мин. Откинуть на дуршлаг.

2 Перепелиные яйца отварить вкрутую, обдать холодной водой и очистить от скорлупы.

3 Перепелов вымыть, обсушить, натереть солью и перцем. Разогреть в сковороде растительное масло и обжарить перепелов до золотистого цвета, по 4 мин. с каждой стороны.

4 Вложить внутрь каждого перепела по несколько ягод винограда и перепелиных яиц. Закрепить разрез с помощью деревянных зубочисток. Перепелов обернуть лентами бекона, смазать растительным маслом.

5 Разогреть духовку до 200 °С. Поместить перепелов в неглубокую форму. Рядом выложить оставшийся виноград и яйца. Поставить в духовку и запекать 20 мин.

6 Разогреть вино, облить им готовых перепелов. Накрыть листом фольги и оставить на 10 мин.

КСТАТИ

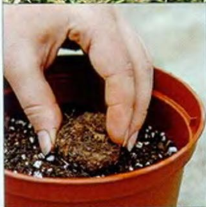
Те, кто увлекается охотой, могут украсить рождественский стол рябчиками, бекасами или фазанами. Для всех остальных более–менее доступная дичь – перепела. Их можно купить на рынках и в больших сетевых магазинах. Перепел – птичка довольно мелкая, к тому же ее мясо практически не имеет жировых прослоек. Поэтому тушки нужно или начинять мелко нарезанным салом, или заворачивать в полоски бекона, тогда мясо станет нежнее и сочнее.

садовник

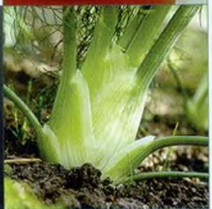
Ежемесячный иллюстрированный журнал для тех, кто любит свой сад



участок
сад
огород
цветник
дом
арсенал







Несколько мини-журналов, из которых состоит «Садовник», – «Участок», «Сад», «Огород», «Цветник», «Дом» и «Арсенал», – рассказывают читателям о сезонных работах в загородном доме и на даче, об особенностях выращивания самых разных деревьев, кустарников, цветов и комнатных растений, помогают ориентироваться в обилии товаров, предлагаемых садоводам.



в продаже с 18 декабря

ДОРОГИЕ ЧИТАТЕЛИ!

Продолжается подписка на 2007 год на наши журналы «Гастрономъ», «Школа гастронома», «Школа гастронома. Коллекция рецептов», «Садовник» и «Ручная работа» через редакцию. Вы можете подписаться с любого месяца на наши издания в течение 2007 года. Оформив подписку до 15-го числа текущего месяца, вы сможете получать журнал со следующего месяца. Минимальный срок подписки - 1 месяц.

Для оформления редакционной подписки

1 • Заполните платежный документ и оплатите его через любое отделение Сбербанка.

2 • Разборчиво укажите фамилию, адрес (с почтовым индексом) и телефон подписчика.

3 • В графе «кол-во месяцев» напротив выбранного журнала(ов) укажите количество месяцев.

4 • В графе «сумма» укажите общую сумму за нужное количество журналов.

5 • Отправьте копию оплаченной квитанции
по факсу: (495) 725-1070 (доб. 5048)
по адресу: 125993, Москва, Волоколамское ш., д. 2, стр. 1, или e-mail: ekozlova@idvz.ru

* *Отправка журналов осуществляется заказной бандеролью в течение трех дней с момента выхода журнала. Стоимость доставки включена в стоимость журнала.*

* *Доставка курьером (только по Москве) осуществляется до почтового ящика в течение 7 дней.*

* *В цену подписки не включена комиссия Сбербанка.*

* *Стоимость доставки включена в стоимость журнала.*

• Оформить редакционную подписку на наши журналы вы можете через наши сайты:
www.gastromag.ru; www.sadovnikmag.ru;
www.handmade.idvz.ru

• Подписка для юридических лиц оформляется на основании заявки и своевременной оплаты выставленного счета. Оформить заявку вы можете через сайт www.gastromag.ru, e-mail: ekozlova@idvz.ru.

• Подписка на журналы в других странах:
Перечислите на наш валютный счет необходимую сумму в долларах США.
Beneficiary: ZAO «Izdatelsky dom «Vkusnaya zhizn»
Acc. №40702840538040205252 With Sberbank Russia, Tverskoe otdelenie 7982, Moscow S.W.I.F.T. Code: SARRUMM
Address: Leningradskiy prospect, dom 30, 125040, Moscow, Russia
Correspondents (Nostro):
The Bank of New York, USA SWIFT Code: IRVTUS3N
Acc.890-0057-610

* *Возможна оплата через Сбербанк в рублях по курсу на день оплаты.*

• Подписка на журналы в любом отделении связи или через подписные агентства:
АПР. Объединенный каталог «Пресса России»
Подписные индексы: Гастрономъ – 44140, 44141;
Школа гастронома – 84584, 83273;
Садовник – 46505, 20218; Ручная работа – 18131
Роспечать. Каталог Агентства «Роспечать»
Подписные индексы: Гастрономъ – 81150, 81158;
Школа гастронома – 83316, 83273;
Садовник – 46345, 20415; Ручная работа – 18091
МАП. Каталог российской прессы ПОЧТА РОССИИ
Подписные индексы: Гастрономъ – 12598, 99378;
Школа гастронома – 12599, 11308;
Садовник – 24324, 63427; Ручная работа – 24323
Интер-Почта-2003, тел. (495) 500-0060 (Москва), (495) 953-9262 (ближнее и дальнее зарубежье)
Вся пресса, тел. (495) 787-3445
ИЧУП «РЭМ-Инфо»: каталог «Белпочта», г. Минск, тел.: (017) 291-9891
Подписной индекс: Гастрономъ – 44141;
Школа гастронома – 81158; Садовник – 46345
Подписное агентство KSS, г. Киев, тел.: (044) 270-6220, 270-6222, 464-0220
Урал-Пресс, тел. (495) 214-5162
г. Екатеринбург, тел. (3432) 75-6274.

ГАСТРОНОМЪ

журнал для тех, кто ест

Журнал выходит 1 раз в месяц.
Стоимость подписки на 1 месяц – 70 руб.
Стоимость годовой подписки – 840 руб.
Для Украины, Белоруссии, Узбекистана, Эстонии стоимость подписки на 1 месяц – $4,00.
Для остальных стран стоимость подписки на 1 месяц – $7,70.

ШКОЛА ГАСТРОНОМА

Журнал выходит 2 раза в месяц.
Стоимость подписки на 1 месяц – 70 руб.
Стоимость годовой подписки – 840 руб.
Для Украины, Белоруссии, Узбекистана, Эстонии стоимость подписки на 1 месяц – $3,40.
Для остальных стран стоимость подписки на 1 месяц – $6,00.

ШКОЛА ГАСТРОНОМА. КОЛЛЕКЦИЯ РЕЦЕПТОВ

Журнал выходит 2 раза в месяц.
Стоимость подписки на 1 месяц – 70 руб.
Стоимость годовой подписки – 840 руб.
Для Украины, Белоруссии, Узбекистана, Эстонии стоимость подписки на 1 месяц – $3,40.
Для остальных стран стоимость подписки на 1 месяц – $6,00.

РУЧНАЯ РАБОТА

Журнал выходит 2 раза в месяц.
Стоимость подписки на 1 месяц – 70 руб.
Стоимость годовой подписки – 840 руб.
Для Украины, Белоруссии, Узбекистана, Эстонии стоимость подписки на 1 месяц – $3,40.
Для остальных стран стоимость подписки на 1 месяц – $6,00.

садовник

Журнал выходит 1 раз в месяц.
Стоимость подписки на 1 месяц – 50 руб.
Стоимость годовой подписки – 600 руб.
Для Украины, Белоруссии, Узбекистана, Эстонии стоимость подписки на 1 месяц – $2,80.
Для остальных стран стоимость подписки на 1 месяц – $5,00.



Извещение

Получатель платежа: ЗАО «Издательский дом «Вкусная жизнь»
ИНН 7743038046 КПП 774301001
Корр. сч. 30101810400000000225 БИК 044525225
Расч. сч. 40702810338040105252 в Сбербанк России Тверское ОСБ 7982

Ф.И.О. ____________________
Адрес ____________________
____________________ Тел.: ____________________

Подписка на журнал	Кол-во месяцев	Сумма
Гастрономъ		
Коллекция рецептов		
Школа гастронома		
Ручная работа		
Садовник		
Итого к оплате		

Доставка: ☐ курьер ☐ зак. бандероль

С условиями приема указанной в платежном документе суммы, в т.ч. с суммой взимаемой платы за услуги банка, ознакомлен и согласен

Кассир

Плательщик

Квитанция

Получатель платежа: ЗАО «Издательский дом «Вкусная жизнь»
ИНН 7743038046 КПП 774301001
Корр. сч. 30101810400000000225 БИК 044525225
Расч. сч. 40702810338040105252 в Сбербанк России Тверское ОСБ 7982

Ф.И.О. ____________________
Адрес ____________________
____________________ Тел.: ____________________

Подписка на журнал	Кол-во месяцев	Сумма
Гастрономъ		
Коллекция рецептов		
Школа гастронома		
Ручная работа		
Садовник		
Итого к оплате		

Доставка: ☐ курьер ☐ зак. бандероль

С условиями приема указанной в платежном документе суммы, в т.ч. с суммой взимаемой платы за услуги банка, ознакомлен и согласен

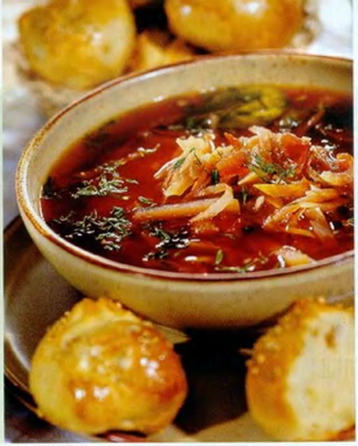
Кассир

Плательщик

следующий выпуск супы:

- мясной бульон
- рассольник с почками на говяжьем бульоне
- щи из кислой капусты
- солянка сборная
- вегетарианский борщ с чесночными пампушками

следующий номер выйдет 8 января



ГДЕ КУПИТЬ

- **Картофель-фри и изделия из картофеля ТМ Farm Frites**
  сети супермаркетов и гипермаркетов России, Украины и Белоруссии
  www.farmfrites.ru
- **Продукция «Краснобор»**
  Metro C&C, «Ашан», «Глобус гурмэ», «Калинка-Стокманн», «Маркткауф», «Мосмарт»
- **Куриные деликатесы ТМ «Петелинка»**
  Metro C&C, «Азбука вкуса», «Ашан», «Калинка-Стокманн», «Квартал», «Копейка», «Марктклуф», «Мосмарт», «Наша марка», «Ням-ням», «Патэрсон», «Пятерочка», «Рамстор», «Седьмой континент»
- **Tupperware**
  единая справочная, тел.: 8-800-200-6000.
  www.tupperware.ru
- **«Мистраль»**
  во всех крупных супермаркетах
  www.tkmistral.ru
- **Bosch**
  www.bosch-bt.ru
- **«Юнимилк»**
  www.unimilk.ru
  127015, Россия, Москва, ул. Вятская, 27, корп. 7
  телефон отдела продаж: (495) 777-0127

ШКОЛА ГАСТРОНОМА

КОЛЛЕКЦИЯ РЕЦЕПТОВ

№08 (08), декабрь 2006
выходит 2 раза в месяц

Издатель: ЗАО «ИД «Вкусная жизнь»
125993, Москва, Волоколамское ш., 2, стр. 1,
тел./факс: 725-1070,
e-mail: mail@idvz.ru
www.gastromag.ru

Председатель совета директоров Наталья Чернышева
Генеральный директор Елена Трухина
шеф-редактор Андрей Захарин

РЕДАКЦИЯ:
координатор проекта Ирина Мосолова
главный художник Ирина Лещенко
отв. секретарь Александр Стариков
руководитель фотослужбы Екатерина Овсепян
фотограф Вадим Жадько
дизайнеры-верстальщики Максим Коврузов, Ольга Пахтусова, Сергей Ткаченко
редакторы Татьяна Зимогорова, Наталья Валуй, Александр Ильин
веб-редакторы Екатерина Гурова, Юлия Товбина
корректоры Лилия Дунаева, Любовь Никифорова
повар-консультант Константин Жук

Исполнительный директор Ольга Ткалич

Директор по рекламе ЗАО «Вкусная жизнь» Марина Мамина
Отдел рекламы: Евгения Демченко, Инна Иванченко, Елена Матвеева, Жанна Русакова (заместитель директора), Анна Шувалова
тел.: 725-1071

Отдел маркетинга: Эльмира Нагаева (директор), Зоя Галищникова, Ксения Любимова
тел.: 725-1070

Распространение: Сергей Татаркин (директор), Андрей Телингатер (менеджер по Москве), Елена Царева, Наталья Симонова, Александр Шалимов (менеджеры по регионам)
тел.: 725-1070
факс: 725-1070, доб. 5048
Подписка: тел.: 792-5562

Техническая поддержка: Михаил Афанасьев, Игорь Долманов, «Свет Компьютерс»
тел.: 795-0295

Предпечатная подготовка: Марианна Геннинг, Вера Давыдкина, Василий Качаев, Светлана Кузина, Екатерина Панюшкина (руководитель отдела)

Типография: «Алмаз-пресс» (Москва)
Тираж: 215 150
Цена свободная

Автор макета: Ирина Лещенко
Фото на обложке: Вадим Жадько

Издание зарегистрировано в Федеральной службе по надзору за соблюдением законодательства в сфере массовых коммуникаций и охране культурного наследия. Свидетельство о регистрации средства массовой информации ПИ №ФС77-25033 от 29.06.2006 г.